

## **Příloha 7: Posudek oponenta habilitační práce**

### **Masarykova univerzita**

**Fakulta** Fakulta sportovních studií MU

**Habilitační obor** Kinantropologie

**Uchazeč** PhDr. Daniela Stackeová, Ph.D.

**Pracoviště** Fakulta tělesné výchovy a sportu UK Praha

**Habilitační práce** Fitness programy jako součást kinantropologie

**Oponent** prof. PhDr. Elena Strešková, Ph.D.

**Pracoviště** FTVŠ UK Bratislava

Habilitačná práca PhDr. Daniely Stackeovej, Ph.D.: „Fitness programy jako součást kinantropologie“ je komplexný teoreticko-odborný a vedecký spis, ktorý dokumentuje nielen vývoj kulturistiky, jej organizáciu a osobitne kulturistiku žien, ale aj ojedinelé teoretické poznatky autorky, ktoré sa opierajú o jej kvalitné empirické skúsenosti. Práca logicky vyúsťuje do zdravotných benefitov, ako i psychologických a sociologických aspektov cvičenia vo fitnesscentrách. Svojím rozsahom: 217 strán prekračuje požiadavky, kladené na habilitačný spis.

Vychádzajúc z právnych dokumentov: „Smernice MU č. 3/2014 Habilitační řízení a řízení ke jmenování profesorem na Masarykově univerzitě (ve znění účinném od 1. 1. 2014) Podle § 10 odst. 1 zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách)“, pod habilitačnou pracou sa rozumie jedna z nasledujúcich možností, ktorú si autorka zvolila – „ ii) Soubor uveřejněných vědeckých prací nebo inženýrských prací doplněný komentářem (§ 72 odst. 3 písm. b) zákona). Komentář v rozsahu odpovídajícím standardní situaci v oboru je psán česky, slovensky či anglicky. Přiměřeně podrobně charakterizuje stav problematiky, cíle práce, použitou metodiku, dosažené výsledky a v případě prací se spoluautory i kvantitativní a obsahový autorský podíl uchazeče“.

Vychádzajúc z vyššie uvedeného textu zákona, predložený habilitačný spis obsahuje v druhej svojej časti, t.j. od str. 90 – 208 celkovo osem vedeckých prác, čím splňa požiadavku „súbor vedeckých prác“. V prvej časti dokumentu od str. 5 – 89 ide o deväť prác, ktoré majú odborný a teoretický charakter. Chápem snahu autorky o komplexné riešenie problematiky, ktoré musí mať adekvátny teoretický základ, i keď v tomto prípade jej tento obsah zbytočne

rozširuje habilitačnú prácu, ktorá musí mať vedecký charakter. Taktiež požadovaný komentár k prezentovaným prácam nie je uvedený samostatne.

Jednotlivé pripomienky mám zostavené chronologicky tak, ako sú uvedené v habilitačnej práci. V obsahu na strane 3 sú formálne chyby (predpokladám, že požiadavky v Čechách a na Slovensku sú rovnaké): jednotlivé kapitoly nie sú písané veľkým písmenom, je číslovaný úvod a záver ako i zoznam bibliografických citácií. Tieto formálne chyby sa v celom habilitačnom spise opakujú, názvy kapitol a podkapitol majú byť rozlíšené veľkosťou písma. Opakovane v habilitačnej práci nie je v texte správna citácia, t.j. uvedenie autora a rok vydania, vrátane autocitácie.

V úvode práce mohla autorka uviesť svoje celoživotné praktické pôsobenie a empirické poznatky z kulturistiky, čím výrazne obohatila aj svoj vedecký pohľad a snahu o riešenie danej problematiky komplexne. Veľmi cenné sú teoretické poznatky autorky nielen z vývoja kulturistiky, osobitne kulturistiky žien, ktoré sú vhodné ako študijný materiál pre študentov telovýchovných fakúlt, pretože nie je tam dokumentovaná len organizačná štruktúra, ale aj osobitosti a pohybový obsah jednotlivých druhov súťaží. Oceňujem jej odborný výklad (str. 13), že extrémna muskulatúra v ženskej kulturistike znížila záujem pretekárov i divákov o túto disciplínu a podnietila vznik súťaží vo fitness a bodyfitness. I keď metodika posilňovania vo fitnesscentrách str. 20 – 24 nepatrí do vedeckého spisu, prezentuje prácu autorky o snahu skvalitniť športovú prax, avšak bez úvodu pokračuje na str. 25: skupinové cvičenia, konkrétne druhy aerobikov. Táto pohybová aktivita býva súčasťou fitnesscentier a rôzne druhy aerobikov majú v súčasnosti iné delenie, ciele i obsah. Od str. 28 pod názvom „zdravotné benefity“ pohybových aktivít som očakávala konkrétne vedecké poznatky. Autorka popisuje didaktiku a metodiku cvičenia a problémy s nevhodnou aplikáciou silového tréningu zo svojej športovej praxe. I keď ide o cenné empirické skúsenosti, autorka opakuje v súčasnosti už známe poznatky a navyše ide len o preklad z bibliografickej citácie: US. DEPARTMENT of HEALTH and HUMAN SERVICES (HHS). *2008 Physical activity guidelines for Americans. Online* [www.health.gov/paguidelines]. Staženo 15. 11. 2008. Tento zdroj autorka opakovane uvádza aj v ďalšom príspevku, a to str. 48 a str. 51. Vychádzajúc z nich, vyúsťujú do jej vlastného príspevku zdravotné benefity pohybovej aktivity a to na str. 52 – 59. Ako vyššie uvedený príspevok aj nasledujúci: Preventívny a terapeutický potenciál vo fitnesscentrách str. 60 a 61 a príspevok na str. 62 – 68 a str. 69 – 82, ako i „Alexandrova technika ... str. 83 – 89 dokumentujú iba teoretické poznatky, ktoré zrejme vychádzajú z kvalitnej praxe autorky, avšak nie sú podporené z výskumných sledovaní.

Od kapitoly 6 od str. 90 autorka prezentuje vedecké poznatky, ktoré sú prezentované v 8 samostatných vedeckých príspevkoch. Základná metóda výskumu bol dotazník, a to sociologického resp. psychologického charakteru. Domnievam sa, že všetky dokumentované vedecké výsledky boli riešené za podpory GA ČR, číslo projektu 406/05/P037: „Psychologické aspekty cvičení ve

fitness centrech: motivácie, krátkodobé a dlhodobé psychologické benefity“, řešitel PhDr. D. Stackeová, PhD. Zrejme z tohto dôvodu sa obsah textu opakuje, ako na str. 104 a str. 130. Nie je celkom zrejmé, či ide stále o tých istých 100 probandov, či pri uvádzaní 50 probandov je to polovica spracovaných údajov, alebo či pri psychologickom teste POMS ide o nových probandov (str. 141) a nový výskum. Táto časť habilitačnej práce spracovaná na 120 stranách predstavuje kvalitný habilitačný spis a plne zodpovedá požadovaným normám, ktoré platia na Masarykovej univerzite v Brne. Osobitne vyzdvihujem poznatky zo životného štýlu návštevníkov fitnesscentier, a to konkrétne motiváciu k pravidelnému cvičeniu. Zaujíma ma, či bola vykonaná i hlbšia analýza motivačných faktorov, a to nielen v rozdielnosti pohlavia, ale i veku a vzdelania. Podobné výskumy na Slovensku (Strešková, 2003: Fitness ako životný štýl v stredoeurópskom regióne) dokumentujú rozdielnosť vo faktoroch motivácie vzhľadom na vek, rodinný stav a vzdelanie. Pre motiváciu k pohybovej aktivite, spracovanú na str. 166 – 173 autorka prezentuje potvrdenie hypotézy, že primárna motivácia vo fitness je spojená s motívmi tzv. estetickými. Sú tieto motívy výraznejšie u žien nižšej vekovej kategórie (napr. do 30 rokov?). Vyzdvihujem cenný poznatok autorky, že výkonové motívy, ktoré tvoria jednu skupinu návštevníkov fitnesscentier, je nutné analyzovať z pohľadu psychológie športu. Zaujímaloby ma, či sa výkonová motivácia týka väčšinou tých, ktorí v minulosti robili výkonnostný alebo vrcholový šport.

Vysoko vyzdvihujem názor autorky, že psychológia fitness je novým trendom v športovej psychológii (str. 135 – 151) a považuje ju za rovnocennú zložku k metodike cvičenia i problematike výživy. Osobitne dôležitá je psychologická problematika redukcie hmotnosti, ktorá sa v súčasnosti bohužiaľ týka širokej vekovej kategórie, a to detí, mládeže i dospelých. Má autorka s danou problematikou praktické skúsenosti?

Psychologické benefity vo fitnesscentrách spracované na str. 189 – 210 síce prezentujú zmenu telesného sebapónímania, kde primárnym cieľom nie je športový výkon ale zdatnosť, vzhľad tela a utuženie zdravia. Prosím vysvetlite, prečo mala skupina žien horšie telesné sebapónímanie oproti mužom.

Záver na str. 209 a perspektívy ďalšieho vývoja na str. 210 sú spracované veľmi stručne, čo je vzhľadom na obsah habilitačný spis od tak vysoko erudovanej autorky v teoretickej i empirickej oblasti posilňovania vo fitnesscentrách neočakávaný fakt.

Dotazy oponenta k obhajobe habilitačnej práce:

1. Uved'te, či v motivačnej štruktúre pravidelného cvičenia žien i mužov boli rozdiely vzhľadom na vek a vzdelanie.

2. Aká bola percentuálna frekvencia pravidelne cvičiacich vydatých žien – matiek (ktoré majú evidentne nižší disponibilný čas pre svoje aktivity) a aká bola hierarchia ich motivačných faktorov.

3. Ako aplikujete získané vedecké poznatky v športovej praxi? Priniesli výsledky Vašich výskumov výrazné zmeny v ponuke rôznorodých pohybových aktivít vo Vašom fitnesscentre?

## **Záver**

Habilitačná práca PhDr. Daniely Stackeovej, PhD. „*Fitness programy jako součást kinantropologie*“ **splňa** požiadavky, štandardne kladené na habilitačnú prácu v odbore Kinantropológia.

Bratislava dňa 22. 4. 2014

prof. PhDr. Elena Strešková, PhD.